

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA VIDEO
TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN TENTANG
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH
1 SURAKARTA**



**Disusun sebagai salah satu syarat memperoleh Gelar Strata I
pada Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan**

Oleh:
HANAN FAKHIRA NAJIB
J310170113

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP
PERUBAHAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA
MUHAMMADIYAH 1 SURAKARTA**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

Hanan Fakhira Najib

J310170113

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen Pembimbing



Firmansyah, S. ST., M. Gz.

NIK/NIDN. 2041/0602028902

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH 1 SURAKARTA

Oleh:

Hanan Fakhira Najib

J310170113

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada hari Jum'at, 5 November 2021

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:


1. Firmansyah, S. ST., M. Gz
(Ketua Dewan Penguji)

(.....)

2. Siti Zulaekah, A, M.Si.
(Anggota I Dewan Penguji)

(.....)

3. Luluk Ria Rakhma, M. Gz.
(Anggota II Dewan Penguji)

(.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dr. Umi Budi Rahayu, S. Fis., Ftr., M. Kes.
NIDN. 6020117301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 31 Oktober 2021

Penulis



Hanan Fakhira Najib
J310170113

PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN TENTANG ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA MUHAMMADIYAH 1 SURAKARTA

Abstrak

Anemia adalah salah satu masalah gizi yang banyak terjadi pada remaja putri. Remaja putri rentan mengalami anemia karena masa remaja merupakan masa-masa pertumbuhan dan harus mengalami menstruasi setiap bulannya. Perilaku pemilihan asupan makanan yang kurang tepat disebabkan karena kurangnya pengetahuan. Untuk dapat menambah pengetahuan mengenai anemia maka perlu dilakukan pendidikan gizi dengan bantuan media yang efektif yaitu media video. Penelitian ini menggunakan metode Research and Development dan dilanjutkan metode quasi eksperimental. Subjek penelitian ini adalah tiga orang ahli media dan materi serta 58 orang sasaran remaja putri. Analisis uji beda pada sasaran penelitian menggunakan uji paired sample t test. Penelitian ini menghasilkan produk media video tentang anemia dengan hasil uji kelayakan media video yang termasuk dalam kategori layak. Uji penerapan media kepada sasaran diperoleh hasil rata-rata pretest 6,8 dan rata-rata nilai post test 8,2 yang menunjukkan adanya peningkatan sebesar 20,2%. Nilai dari hasil uji paired sampel t-testnya adalah 0,000 ($p < 0,005$). Kesimpulan yang diperoleh adalah media video tentang anemia remaja layak dan sesuai untuk diterapkan, serta ada pengaruh pemberian media video tersebut terhadap peningkatan pengetahuan anemia remaja di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta.

Kata kunci: Media Video, Pengembangan Media, Pengetahuan Anemia

Abstract

Anemia is one of the most common nutritional problems in adolescent girls. Adolescent girls are prone to anemia because adolescence is a period of growth and must experience menstruation every month. Inappropriate selection of food intake behavior is caused by lack of knowledge. To be able to increase knowledge about anemia, it is necessary to carry out nutrition education with the help of effective media, namely video media. This study used the Research and Development method and continued with the quasi-experimental method. The subjects of this study were three media and material experts and 58 young women as targets. The analysis of the different tests on the research targets used the paired sample t test. This research produces a video media product about anemia with the results of the video media feasibility test which is included in the feasible category. The test of applying the media to the target obtained an average pretest result of 6.8 and an average post-test value of 8.2 which showed an increase of 20.2%. The value of the paired sample t-test result is 0.000 ($p < 0.005$). The conclusion obtained is that video media about adolescent anemia is feasible and appropriate to be applied, and there is an effect of providing the video media on increasing knowledge of adolescent anemia in SMA Muhammadiyah 1 Surakarta.

Keywords: Knowledge about anemia, Research and Development, Video.

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah salah satu masalah gizi yang banyak terjadi pada remaja putri. Remaja putri rentan mengalami anemia karena masa remaja merupakan masa-masa pertumbuhan dan harus mengalami menstruasi setiap bulannya. Prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 18,4% (Kemenkes RI, 2013) dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 32% (Kemenkes RI, 2018). Perilaku pemilihan asupan makanan yang kurang tepat disebabkan karena kurangnya pengetahuan. Untuk dapat menambah pengetahuan mengenai anemia maka perlu dilakukan pendidikan gizi dengan bantuan media yang efektif yaitu media video. Oleh karena itu peneliti ingin mengembangkan media video untuk membantu dalam pendidikan gizi mengenai anemia. Teori Edgar Dale (1969) menyebutkan bahwa pembelajaran yang dilihat dan didengar langsung oleh subjek akan lebih mudah untuk diingat. Media video memiliki beberapa keunggulan diantaranya yaitu mampu menjadikan pembelajaran lebih jelas dan menarik, proses pembelajaran menjadi lebih interaksi, meningkatkan kualitas hasil belajar, dan mampu menumbuhkan sikap positif belajar (Aqib, 2013).

Hasil observasi dan wawancara di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta didapatkan bahwa belum pernah dilakukan pendidikan gizi mengenai anemia sebelumnya. Berdasarkan uraian-uraian tersebut peneliti ingin melakukan pengembangan dan penerapan media video tentang anemia sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta.

2. METODE

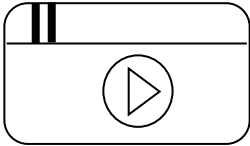
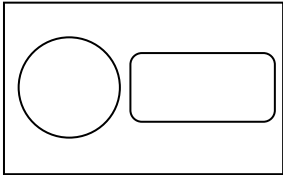
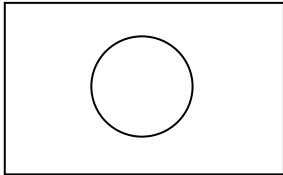
Penelitian ini menggunakan metode Research and Development (R&D) untuk pengembangan media video dan dilanjutkan metode quasi eksperimental untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta. Subjek penelitian ini adalah tiga orang ahli media dan materi serta 58

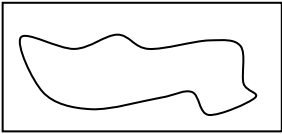
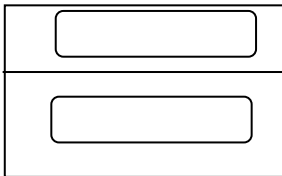
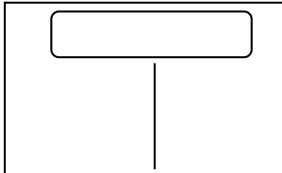
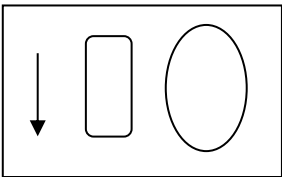
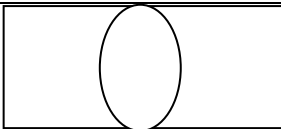
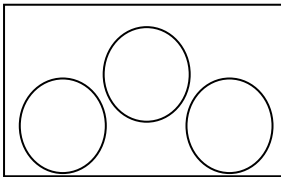
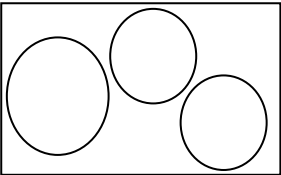
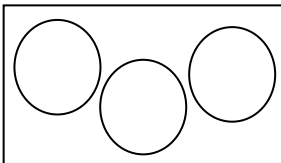
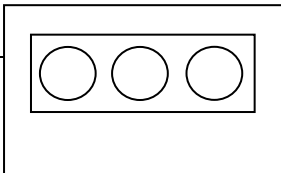
orang sasaran remaja putri. Analisis uji beda pada sasaran penelitian menggunakan uji paired sample t test.


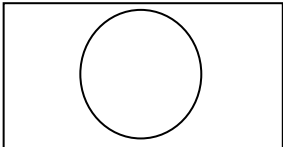
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pengembangan media dilakukan metode dikembangkan oleh Dick dan Carry (1996) yaitu dengan model ADDIE atau Analysis (analisis), Design (Perencanaan), Development (Pengembangan), Implementation (Implementasi), dan Evaluation (Evaluasi). Berdasarkan hasil observasi dan research didapatkan hasil bahwa anemia merupakan salah satu masalah gizi yang prevalensinya masih tinggi dan hasil wawancara diketahui bahwa kurangnya pendidikan gizi pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta. Pada tahap perencanaan dilakukan penetapan isi materi dengan pembahasan mengenai anemia pada remaja putri dengan rincian pembahasan seperti pengertian anemia, tanda dan gejala anemia, penyebab anemia, dampak anemia, dan cara penanggulangan anemia yang didapatkan dari hasil studi literature. Selain itu juga dilakukan perencanaan produk yang dibuat dalam storyboard seperti pada tabel berikut.

Tabel 1. Rancangan Storyboard

No	Bagian	Desain	Keterangan
1.	<i>Opening</i>		Tampilan awal dibuat seperti video yang sedang diklik/dipilih.
2.	Pengenalan		Muncul tokoh animasi dalam video (pada bagian kiri) yang sedang memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan dari video yang ada.
3.	Masalah anemia di dunia		Gambar bumi untuk menggambarkan dunia karena pembahasan mengenai masalah anemia di dunia

4.	Masalah anemia di Indonesia		Gambar peta indonesia dengan banyak titik untuk menggambarkan masalah anemia sudah berada di berbagai daerah di Indonesia
5.	Pengertian anemia		Tamp ilan seperti di situs web. Teks ditampilkan secara berjalan menyesuaikan dengan suara dubbing
6.	Perbedaan anemia dengan tekanan darah rendah		Tampilan seperti di situs web dengan pembagian sisi kanan kiri untuk menjelaskan perbedaan anemia dan tekanan darah
7.	Kadar Hb pada tubuh		Pada tubuh manusia digambarkan pengedaran O2 ke seluruh tubuh dan ketika kadar hb menurun jumlah O2 yang diedarkan berkurang
8.	Gejala anemia		Tokoh dengan ekspresi sedih. Macam-macam gejala muncul bergantian
9.	Penyebab anemia		Tampilan di papan tulis. Masing-masing penyebab anemia muncul bergantian menyesuaikan dari suara dubbing
10.	Dampak anemia		Dampak anemia digambarkan oleh si tokoh. Masing-masing dampak muncul secara berurutan
11.	Pencegahan anemia		Si tokoh menjelaskan mengenai pencegahan anemia. Setiap pencegahan ditampilkan secara berurutan
12.	Tablet		Makanan dan minuman yang

tambah darah		dianjurkan dan dilarang disajikan diatas meja dan ditampilkan secara berurutan. Efek samping yang ada disajikan secara bergantian
13. <i>Closing</i>		Tokoh kembali muncul dan penutup penjelasannya tentang anemia

Dari materi dan storyboard yang ada kemudian dilakukan pengembangan media video yang dibuat dengan menggunakan power point dan aplikasi inshot. Setelah media jadi sebelum digunakan dilakukan validasi oleh para ahli terlebih dahulu. Dari data hasil uji validasi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Media Video

Pengujian	Rataan Nilai	Kategori	CVI
Uji Validasi Materi	4,93	Sangat Layak	1
Uji Validasi Media	3,96	Layak	0,95
Uji Sasaran	4,163	Layak	1

Hasil uji validasi secara keseluruhan menunjukkan bahwa media video ini layak dan sangat sesuai untuk digunakan sebagai media video untuk pendidikan gizi pada remaja putri. Setelah dilakukan pengembangan video dan dinyatakan layak maka dilanjutkan dengan penerapan media pada remaja putri. Hasil dari penerapan media dapat diketahui pengetahuan remaja putri sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi subjek berdasarkan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media video

Kategori	Sebelum		Setelah	
	n	%	n	%
Baik	7	12,06	13	22,41
Cukup	40	68,96	38	65,51
Kurang	11	18,96	7	12,06
Jumlah	58	100	58	100

Pengkategorian tingkat pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan gizi ini dibandingkan dengan nilai rata-rata atau mean dan juga nilai SD yang kemudian dibagi menjadi tiga kategori. Dari hasil pengkategorian didapatkan hasil siswi yang pengetahuannya tergolong baik sebanyak 12,06%, cukup 68,96%, dan yang tergolong kurang sebanyak 18,96%. Setelah diberikan pendidikan gizi para siswi dilakukan pengukuran pengetahuan kembali dengan diberikannya kuesioner yang sama seperti sebelumnya untuk mengukur pengetahuan dan mengetahui apakah ada perubahan atau tidak. Pada post-test ini didapatkan hasil siswi yang pengetahuannya tergolong baik sebanyak 22,41%, cukup 65,51%, dan kurang 12,06%. Dari hasil pemberian kuesioner pre-test dan post-test didapatkan total jawaban benar dan salah sebagai berikut:

Tabel 4. Total Jawaban Benar dan Salah

No	Pertanyaan	Pretest		Posttest	
		B(%)	S(%)	B(%)	S(%)
1.	Tekanan darah rendah sering disebut dengan anemia	20.7	79.3	51.7	48.3
2.	Gejala anemia adalah lemah, letih, lesu, lelah, dan lalai	91.4	8.6	96.6	3.4
3.	Anemia hanya dapat terjadi pada ibu hamil	87.9	12.1	100	0
4.	Anemia tidak dapat diobati dengan cara apapun	96.5	3.5	98.2	1.8
5.	Vitamin yang dapat membantu menanggulangi anemia adalah vitamin K	43.1	56.9	65.5	34.5

6. Anemia dapat menyebabkan sulit berkonsentrasi ketika belajar	96.5	3.5	98.2	1.8
7. Seseorang dikatakan anemia apabila kadar hemoglobin berada dibawah batas normal	94.8	5.2	100	0
8. Anemia lebih sering terjadi pada laki-laki dibandingkan perempuan	93.1	6.9	100	0
9. Remaja putri dikatakan anemia apabila kadar hemoglobin 12-14g/dL	44.8	55.2	65.5	34.5
10. Konsumsi tablet tambah darah dianjurkan bersamaan dengan susu supaya penyerapannya lebih maksimal	65.5	34.5	86.2	13.8
11. Orang dengan anemia saat melakukan aktivitas ringan napas akan terasa pendek dan jantung berdenyut lebih kencang	81.03	18.97	96.5	3.5
12. Remaja putri yang sedang menstruasi sebaiknya tidak diberikan tablet tambah darah	68.9	31.1	87.9	12.1
13. Protein nabati mengandung zat besi paling tinggi dibandingkan sumber makanan lainnya	18.9	81.1	27.5	72.5
14. Tablet tambah darah dikonsumsi 6 bulan sekali	63.7	36.3	77.58	22.4
15. Kebiasaan minum teh dan kopi dapat menyebabkan anemia	67.2	32.8	94.5	5.5

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwasanya terdapat peningkatan jawaban benar setelah diberikan pendidikan gizi. Akan tetapi masih ada beberapa item pertanyaan yang masih banyak dijawab salah oleh subjek yaitu pada nomor 1, 5, 9, 13, dan 14. Pertanyaan mengenai pengertian anemia, vitamin pembantu dalam masalah anemia, kadar normal hemoglobin, sumber makanan yang paling kaya akan zat besi, dan anjuran waktu konsumsi tablet tambah darah.

Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-smirnov didapatkan nilai pada data pre-test sebesar 0,17 dan data post-test sebesar 0,056. Keduanya menunjukkan hasil lebih besar dari 0,05 yang menunjukkan data berdistribusi normal. Sehingga uji yang dilakukan menggunakan analisis uji paired t-test.

Tabel 5. Hasil Uji Paired Sample T-Test

Variabel	n	Mean	SD	p-value
Pengetahuan sebelum pendidikan gizi	58	6.8534	1.36101	0,000
Pengetahuan sesudah pendidikan gizi	58	8.2379	1.00330	

Sebelum diberikan pendidikan gizi pengetahuan remaja putri tentang anemia di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta memiliki nilai rata-rata sebesar 6,85 sedangkan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media video nilai rata-rata pengetahuan mengalami peningkatan menjadi 8,2. Terdapat selisih kenaikan sebesar 1.3 atau jika dalam bentuk persentase mengalami kenaikan sebesar 20.2%. Hal ini menunjukkan terdapat peningkatan rata-rata nilai setelah diberikan pendidikan gizi dengan media video mengenai anemia. Hasil uji dengan paired sample t-test diperoleh hasil $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan H_0 ditolak atau memiliki arti bahwa terdapat pengaruh penerapan media video terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anestya (2018) yang melakukan pendidikan gizi dengan media video terhadap pengetahuan siswa dalam memilih jajanan memiliki hasil bahwa terdapat pengaruh pendidikan gizi dengan media video pada perubahan pengetahuan siswa. Penggunaan media audio visual dinilai lebih efektif karena penyampaiannya yang melibatkan alat indera penglihatan dan pendengaran sekaligus menjadikan materi yang ada tergambarkan secara realistis dan menjadi lebih mudah dan cepat dalam pemahaman (Abdulhak, 2013).

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Setelah dilakukannya pengembangan dan penerapan ini maka dapat disimpulkan terciptanya produk berupa media video tentang anemia dengan durasi 8 menit. Telah dilakukan validasi oleh para ahli dan dinyatakan layak. Hasil pre-tes

pengetahuan para remaja putri yang termasuk dalam kategori baik 12,06%, cukup 68,96% dan kurang 18,96% dengan rata-rata nilai 6,8. Setelah diberikan pendidikan gizi yang termasuk dalam kategori baik 22,41%, cukup 65,51%, dan kurang 12,06% dengan rata-rata nilai 8,2. Hasil analisis data menunjukkan nilai $p=0,000$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan pada perubahan pengetahuan remaja putri di SMA Muhammadiyah 1 Surakarta sebelum diberikan pendidikan gizi dan sesudah diberikan pendidikan gizi dengan media video.

4.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh peneliti dan keterbatasan peneliti, peneliti. Peneliti ingin memberikan saran bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa dapat lebih menekankan dan memperjelas materi-materi yang masih banyak dijawab salah yaitu mengenai pengertian anemia, vitamin pembantu dalam masalah anemia, kadar normal hemoglobin, sumber makanan yang paling kaya akan zat besi, dan anjuran waktu konsumsi tablet tambah darah. Selain itu juga dapat melakukan kegiatan pendidikan gizi secara offline supaya dapat memantau kegiatan secara langsung

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulhak, Ishak dan Deni Darmawan. 2013. *Teknologi Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Aqib, Zainal. 2013. *Model-Model, Media, dan Strategi Pembelajaran Kontekstual (inovatif)*. Bandung: Yrama Widya.
- Dale, Edgar. 1969. *Audio Visual Methods in Teaching*. New York: Holt, Rinehart and Winston Inc. The Dryden Press.
- Kemenkes RI. 2018. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Balitbangkes.
- Kemenkes RI. 2013. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013*. Jakarta: Balitbangkes.